

## Москалець Віктор, Олійник Алла. Релігійна віра як антисуїцидальний чинник



*Стаття присвячена проблемі антисуїцидального впливу релігійної віри. Релігійна віра являє собою потужний психотерапевтичний, в тому числі і антисуїцидальний чинник: була і є єдиним світоглядним утворенням, яке вирішує основну екзистенційну проблему людини – її смертність, сповнює її високим смислом буття, скеровує на спосіб життя, який приносить духовну втіху.*

*Ключові слова: аутодеструктивність, психопрофілактика, релігійна віра, суїцид, суїцидальні тенденції.*



**Постановка проблеми.** Суїцид є трагічним вчинком, який визначають психологічні, біохімічні, природні, соціальні, світоглядні, космічні чинники. На сьогоднішній день у науці досліджуються його загальнопсихологічні, соціально-психологічні, психопатологічні, соціальні, нейробіохімічні, геокосмічні аспекти. На основі результатів таких досліджень розробляються засоби профілактики цього страшного явища. Але практична ефективність наукових досліджень феномену суїциду недостатня, якщо оцінювати її за критерієм тенденції до зменшення частоти його проявів. Серед проявів суїциду існує і постійно з'являється чимало такого, що наука не може пояснити, відслідкувати у ньому якісь каузальні (причинно-наслідкові) закономірності. Разом із цим доведено, що ставлення особистості до самогубства значною мірою залежить від змісту її екзистенційних (смысло-життєвих) ціннісних орієнтацій, налаштувань, зокрема, що віра в Бога є потужним чинником протидії суїцидальним тенденціям у її психіці та поведінці. Про це ще раз засвідчив і проведений нами теоретичний аналіз відповідних науко-

вих положень. Тому поглиблене вивчення цього чинника з метою розробки дієвих психолого-педагогічних, психопрофілактичних і психокорекційних антисуїцидальних методик є актуальною проблемою.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема впливу віри в Бога на суїцидальність торкались зарубіжні і вітчизняні вчені. Серед них геніальні письменники Ф.М.Достоевський і Л.М.Толстой, видатні філософи С.Керкегор, М.Хайдеггер, К.Ясперс, М.Шелер, Е.Гуссерль, Л.Шестов, М.Бердяєв, А.Камю, соціолог Е.Дюркгайм, видатні психологи У.Джемс, К.-Г.Юнг, Е.Фромм, В.Франкл. Вони вивели базові і специфічні особливості впливів релігії, релігійної віри на суїцидальність суб'єкта (особи і групи) на основі ґрунтовного висвітлення світоглядних засад ставлення особистості до самогубства.

У ході поглибленого теоретичного та емпіричного етапів дослідження нами доведено: віра в Бога є потужним антисуїцидальним чинником. Серед віруючого студентства (близько 90,52% усіх опитаних) не було виявлено осіб з вираженими суїцидальними тенденціями. 73,27% опитаних, які назвали себе віруючими, виявили вкрай негативне ставлення до феномену самогубства, трактуючи його як «найбільший гріх проти Бога», «слабкодухість», прояв божевільності («так можуть вчинити, хіба що ненормальні!»). Разом з цим, віруючі в Бога молоді люди менше розчаровуються у житті (72,61% віруючих вказали, що не розчаровані у жодній сфері). Чимало з них дали власне пояснення цього факту, наприклад: «Не розчаровуюсь, тому що вірю в Бога», «завжди можна вийти на праведний шлях до вічного життя разом з Богом». Понад це, 18,04% опитаних віруючих підкреслили, що саме віра в Бога допомагає долати негативно забарвлені настрої, тугу, зумовлені життєвими труднощами: «...коли мені погано, я йду до Бога», «...життєві труднощі прокладають нам шлях до Бога», «коли мені зле, я згадую, що усе від Бога, і мені стає від того легше»...Втішає той факт, що не уся сучасна молодь вважає виключно матеріальні блага основою життя людини, тощо.

Серед невіруючих (а це близько 9,48% усіх опитаних) су-

іцидальні тенденції були виявлені у 36,17% осіб. 12,77% невіруючих студентів намагаються виправдати, а 8,51% – виявили індіферентне ставлення до феномену самогубства. Загалом, у 48,94% опитаних невіруючих студентів спостерігається пригнічений настрій, тривога, емоційне напруження, ворожість до оточуючих, агресивність, виразна невдоволеність своїм життєвим становищем.

Звичайно, отримані результати аж ніяк не є підставою для тверджень, що релігійна віра являє собою абсолютну панацею від серйозних розчарувань, депресивних екзистенційних переживань, суїцидальності (ці психологічні стани – результат складної взаємодії багатьох різноманітних факторів, серед яких і ендогенні, що спричиняють різноманітні розлади емоційної сфери, психіки особистості) [6, с.19 – 24, с.162 – 210].

Однак, іудаїзм та світові релігії християнство і мусульманство, які розвинулись на його основі, протягом усієї своєї історії були і є найпотужнішим суспільно-культурним антисуїцидальним чинником. Іудейська релігія завжди категорично засуджувала і засуджує самогубство своїх вірних, але наставляє, що єврейський вояк, якому загрожує полон, має вбити себе. Іудаїзм забороняє будь-які дії індивіда, спрямовані проти життя (контрацепцію, аборти, евтаназію, аутопсію).

Релігійна кара за скоєне самогубство серед мусульманських народів є до такої міри нещадною, що не тільки дане явище, але й сама думка про суїцид тут вважається неприйнятною (за винятком суїцидів як альтруїстичної самопожертви на користь держави) [6, с.32].

Християнство, яке зародилось у лоні іудаїзму, також доволі швидко наклало жорстку заборону на добровільне позбавлення себе життя після хвилі самогубств перших християн-мучеників, які прагнули таким чином якомога швидше постати перед Всевишнім. У IV ст. н. е. святий Августин (Блаженний) визнав суїцид одним із найтяжчих гріхів. У 452 р. Арльський Вселенський собор оголосив самогубство тяжким злочином, що є результатом сатанинської злоби. Празький собор у 563 р. підтвердив цю позицію і дозволив застосовувати каральні санкції до суї-

цидентів та їхніх родин.

У XIII ст. Фома Аквінський у «Сумі теологій» проголосив самогубство тричі смертельним гріхом проти Господа, який дарує життя, проти суспільного закону й проти людського ества загалом – інстинкту самозбереження, закладеного Богом у кожній живій істоті. Він, зокрема, апелював до Платона, який обґрунтовував заперечення самогубства тим, що людина – солдат Бога й друг сама собі; до Арістотеля, який наполягав на тому, що самогубство суперечить обов'язкам людини по відношенню до суспільства, й додав свій власний, найбільш вагомий з погляду християнства аргумент: самогубство заважає каяттю.

Тридентський собор (1568 р.) трактував самогубство як наслідок впадання у гріх зневір'я, відчаю і порушення заповіді «Не убий». У період середньовіччя католицька церква заборонила ховати самогубців в освяченій землі, тобто на цвинтарях. Цю санкцію перейняли й інші конфесії християнства, яку офіційно досі не скасувала жодна з християнських церков, хоч нерідко її з гуманних міркувань порушують. Англійська церква схвалила трактування британськими законами самогубства як безбожного діяння, що повинно каратися конфіскацією майна, навіть якщо суб'єкт вочевидь був психічно хворим. Такий закон діяв і в багатьох штатах США [6, с.32].

Дух епохи Просвітництва зламав стіну абсолютного, категоричного і безапеляційного неприйняття та засудження суїциду. Поширюються ідеї про право людини на добровільну смерть, філософськи узагальнені в есе Д.Юма «Про самогубство». Самогубство стало предметом серйозного вивчення і обговорення на Другому Вселенському Соборі Католицької церкви за активною участю провідних суїцидологів світу. Було зроблено висновок, що у переважній більшості випадків суїцид здійснюється людиною у стані серйозного психічного розладу, коли вона втрачає адекватний свідомий контроль за своїми вчинками. До такого суїцидента не слід застосовувати церковні санкції, і якщо він був добрим християнином, жив похристиянськи, релігійне поховання його за участю священника дозволяється.

Конфесії протестантського напрямку так чи інакше погоджуються з міркуваннями англіканських теологів Д.Глетчера і Д.Робінсона, що проблема суїциду є відкритою, вимагає ґрунтовного переосмислення, оскільки конкретні обставини кожної суїцидальної ситуації зумовлюються своєрідним поєднанням багатьох чинників.

У православній частині Російської імперії, до якої тривалий час належала Україна, самогубство вважалося страшним гріхом – зрадою Христа; самогубців не відспівували і не ховали на цвинтарях. За згодою християнських церков каральні органи й законодавство вживали щодо суїцидентів вельми суворих заходів.

Безумовно, що активне відношення християнських церков, іудаїзму та мусульманства до суїциду як до одного з найтяжчих гріхів, дуже стисло показано тут, утвердило й підтримує у груповій психології та психіці особистості (можливо, що на рівні її архетипних глибин) відторгнення суїцидальності від побоювання кари у потойбічному житті, кари рідним до панічного жахання, глибокої відрази, огиди.

Потужність протидії релігії суїцидальним тенденціям помітно послабила «смерть Бога» – значне поширення атеїзму, індіферентності (байдужості) до релігії, руйнування системи духовних цінностей та смислів людини, які ґрунтувалися на вірі в Бога й були психологічним джерелом її життєвої наснаги протягом багатьох століть. Людина залишилася наодинці з навколишньою дійсністю, своїми екзистенційними проблемами, стражданнями без надії на підтримку Бога. Передусім це виявилось у німецькій філософській думці. Л.-А.Фейербах намагався «вбити» Бога, стверджуючи що Бог – лише фантазійне ідеально-довершене втілення незадоволеного жадання людського серця високих почуттів і благородних взаємин, заснованих на любові. К.Маркс «нищив» Бога як персоніфіковану ілюзорну гіперкомпенсацію безсилля людини перед руйнівними природними і суспільними силами. Мовляв, «релігія – опій для народу» — засіб для задурювання і відволікання експлуатованих класів від боротьби з експлуататорами, гнобителями. Ф.Ніцше «оголосив вій-

ну» християнству за те, що воно «калічить» психіку людей, підриваючи «мораллю слабких» (євангельською) їх «здорову» волю до влади, панування. З.Фрейд прирік віру в Бога на смерть у майбутньому як «колективний невроз» і «шкідливу ілюзію», що не дає творчому потенціалу людського розуму реалізуватися належним чином.

Нищилась усталена система духовних цінностей і смислів, у лоні яких жила споконвіку людина, у яких черпала надію, віру, любов, життєву насагу. В результаті «вмерла людина», що, на думку Е.Фромма, було основною проблемою ХХ ст.

Зрозуміло, що йдеться про духовну смерть – з одного боку, про розгул аморальності, цинізму, сатанинської злоби і злочинності («Бога немає, отже все дозволено»), з іншого – про стан екзистенційної розгубленості, дезорієнтованості, тривоги, розпачу, фрустраційної стурбованості, зумовлених осмисленням і усвідомленням становища людини у світі без Бога.

Одним із істотних виявів цієї екзистенційної дезорієнтованості як складової «смерті людини» є інтелектуальне самогубство, психологія якого блискуче описана Ф.М.Достоевським у мініатюрі «Вирок» («Щоденник письменника»). Логіка «розумного самогубця», який сам виносить собі вирок, розгортається на основі фатальних фактів існування людини: на несвободі народження та смерті (людина незалежно від своєї волі і бажання приходить у цей світ і так само мусить піти з нього), на приреченості людського життя на кінець, на смерть. «Розумний самогубець» констатує, що його свідомість виявляє ці незаперечні факти і демонструє йому «нуль», до якого він неминуче прийде завтра. Його мрії, поривання душі і духу, зусилля, муки нічого не варті, бо природа знищить його, як нищить усе живе. І «розумний самогубець» доходить висновку, що в його безсумнівній якості позивача та відповідача, судді та підсудного, він не бачить іншого виходу, крім як засудити цю природу, котра так безцеремонно і нагло «виробила» його для страждань, разом з ним самим на знищення. А оскільки природу він знищити не може, то знищує себе, остаточною причиною чого є

нудьга від необхідності безневинно терпіти тиранію своєї природи [5, с.102].

Герої творів Ф.М.Достоевського, які на основі такої логіки вирішили вкоротити собі віку, претендують на цілковиту свободу власного вибору, проголошуючи атрибутом свого божества власне свавілля: мовляв, Бога немає, я сам собі бог і розпоряджусь життям незалежно ні від кого [2, с.146 – 148].

Ми вважаємо, що такий вибір аж ніяк не є абсолютно вільним. Адже самогубство – лише втеча (притім, невідомо куди!), одна із тільки двох безсумнівно можливих реалій для вибору людини – втечі від муки земного життя шляхом самовкорочення його чи прийняття цього життя. Третього не дано: людина не може обрати те, відсутність чого робить її життя приреченим на неминучу смерть, на остаточний «нуль», а відтак екзистенційно нудотним – нескінченного, сповненого високим смыслом, гармонійного буття у Всесвіті. Тому претензії людини на абсолютну свободу, на роль Бога у суїцидальному акті жалюгідні, огидні у своїй мізерності і тільки прикрості результатів для оточуючих. Зауважимо, що ми використовуємо цей аргумент у бесідах зі студентами, спрямованими на розвиток «екзистенційного імунітету щодо суїциду» (так ми умовно назвали світоглядне неприйняття, заперечення цього трагічно-жахливого вчинку). Більшість студентів зацікавлено реагують на нього і погоджуються з ним, приймають. Жодної висловленої незгоди і неприйняття ми не зафіксували.

Дослідивши усвідомлення трагічно-безвихідного становища людини на землі як чинник суїцидального налаштування, В.Джемс констатував, що за ознакою ставлення до зла, що існує в світі, людей можна поділити на «один раз народжених» – оптимістів і «двічі народжених» – песимістів. У песимістів психіка розбалансована, що, зокрема, виявляється як тотальне (всеохоплююче) розчарування і песимізм, породжені радикальною суперечністю між їх Я-реальним та Я-ідеальним. Я-ідеальне прагне до гармонії зі світом, що утворюється високим смыслом життя, органічним включенням людини як невід'ємної, необхідної час-

тини у прекрасну перспективу його нескінченного вдосконалення, що сповнює радістю буття, життєвою наснагою і натхненням тощо. А Я-реальне не знаходить таких сенсів у реальному житті, у якому все живе приречене на неминучу смерть. Усвідомлення цього факту породжує стан, який В.Джемс назвав «хворобою розвинутого інтелекту». Основними симптомами цієї «хвороби» є розчарування у життєвих принадах, агедонія (ніщо по-справжньому не тішить), нудьга, відраза до світу і до себе, що може призвести до суїциду. Єдині, дійсно дієві, на думку В.Джемса, «ліки» від «хвороби розвинутого інтелекту» – досягнення «вершини свідомості», на якій – віра у Вищий розум, у Бога, котрий надав високого сенсу людському існуванню, переймається долею людства і кожної людини, дає кожному надію і шанс на щасливе, сповнене істиною, добром і красою безсмертне життя [1, с.73 – 157].

Уражені «хворобою розвинутого інтелекту» видатні філософи М.Бубер, Е.Гуссерль, С.К'єркегор, М.Шелер, Л.Шестов, К.Ясперс та ін. створили екзистенціалізм – філософію існування. У їх творах багато відмінностей, але той «крик» відчаю, котрим завершувалось осягнення становища людини в світі кожному з них, звучить однаково. Висвітлюючи зміст «крику» відчаю, А.Камю вказував, що він – від болісної суперечності між прагненням людини до нескінченної, вічної гармонійної спорідненості зі світом, всеосяжної, космічної значущості і усвідомленням власної мізерності, кінцевості, неминучості смерті, фундаментальної байдужості світу до неї особисто і до кожної особи. Людина перебуває у стані багатоаспектних екзистенційних конфліктів: між прагненням до гармонії, досконалості, величі та реальним досвідом недосконалості світу і власної нікчемності, жалюгідності, між прагненням бути з турботою і любов'ю, родинно прийнятим, гармонійно інтегрованим, ідентифікованим соціумом та почуванням і усвідомленням нерозуміння, неприйняття, відчуженості, радикальної самотності, між бажанням жити, радіти буттю і важким тягарем безглуздості, абсурдності, жорстокості, несправедливості, виснажливості життя людини на землі, безнадійної відокремленості людей одне від одного



егоїзмом. Людина живе мріями про майбутні блага, надіями на щастя, тішиться плину часу, що наближає бажане для неї майбутнє, аж поки не приходить до шокуючого розуміння, що час – її найлютіший ворог, який неблаганно веде до старості, хвороб, смерті. Жахає її математична неблаганність. На всі прекрасні, піднесені міркування про душу вона відповідає мертвим тілом, у якому немає душі. А.Камю назвав усе це щільністю світу.

Постає екзистенційне питання: який сенс у цій щільності можуть мати зусилля, самообмеження, боротьба, муки, страждання людини?! Перша правдива відповідь: вони абсурдні, безглузді. Усвідомлення абсурдності життя людини, екзистенційну нудьгу, тривогу, тугу, відчай, породжені цим усвідомленням, А.Камю назвав «хворобою духу ХХ століття». Логічним стрижнем цієї хвороби постає питання: чи страждання, які є абсурдними, бо неминуче завершуються смертю, не гірші, ніж сама смерть, яка позбавляє від них?! А відтак, єдину дійсно серйозну філософську проблему А.Камю вбачав у самогубстві. Мовляв, добровільно піти назавжди, щоб позбутися духовної задухи, яка нестерпно отруює життя, чи залишитись, і якщо так, то чому – ось найважливіша для людини проблема філософії життя.

А.Камю з високим ностальгічним пафосом підкреслює, що людина позбулася б екзистенційної нудьги, тривоги і відчаю, якби переконалася, що її життя має якийсь високий сенс, що якби людський розум відкрив у примарно-мінливих контурах феноменів вічні, непохитні, доцільні відношення, а в їх основі – довершений, абсолютний принцип, він став би щасливим. Тута за таким Абсолютом – квінтесенція драматизму людського життя. Але людина ніяк не може відкрити цей Абсолют достовірно, знати про нього напевне. Вона, принаймні поки що, спроможна лише фантазувати з цього приводу.

Прірву між достовірністю абсурдності свого існування та абсолютно довершеним сенсом, якого вона намагається йому надати, людина не може здолати. У неї є чисельні істини, але немає Істини, яка б рятувала її від екзистенційного відчаю. Критичний, об'єктивний філософський ро-

зум, здатний сміливо дивитися в очі правді і не тішити себе ілюзіями та фантазіями, на думку А.Камю, має підстави тільки для констатації ірраціональності світу і абсурду як єдиного зв'язку між світом і людиною. Він критикує тих філософів-екзистенціалістів, які, поринувши в глибини відчаю абсурдності людського існування, знайшли порятунком у Бога за допомогою позбавленого наукової аргументації чистої віри — бездоказового й безумовного прийняття релігійних догматів як абсолютно істинних. Так, С.К'єркегор вбачав у ірраціональності, суперечливості, безглуздості з позиції логіки людського мислення визначальний критерій релігії. А відтак закликав людей цілковито пожертвувати своє мислення, інтелект Богові, як неспроможних знайти Істину, сповнену високого смислу і радості буття. Завдяки такій жертві, «інтелектуальному падінню», як цей акт назвав А.Камю, віруючий здобуває екзистенційний триумф. Він цитує Л.Шестова: «Єдиний вихід там, де для людського розуму немає виходу. Інакше навіщо нам Бог? До Бога звертаються за неможливим. Для можливого і людей достатньо».

Звернення філософів-екзистенціалістів до Бога, релігійної віри за порятунком від екзистенційного відчаю А.Камю назвав «Втечею від Абсурду», глибину і витонченість їхнього осмислення ситуації людини у світі, що приходить до віри в Бога — «патетичним фокусництвом» і «приниженим мисленням». Мовляв, уся могутність Абсурду і саме його існування полягає в його здатності породжувати екзистенційний відчай, трошити екзистенційні надії, у його існуванні за умови протистояння йому людини. А віднесення абсурдності її існування до компетентності Бога ліквідує його — Абсурд розчиняється у вищій істинності нескінченності буття в Його лоні, до якого людина прилучається вірою. Що ж, це справді так.

Але, на думку А.Камю, мужній людський розум, який він називав абсурдним (це розум, що збагнув Абсурд, перейнявся ним і протистоїть йому), здатний витримати жах екзистенційного відчаю, не втікаючи від нього у самооману, ілюзії релігійної віри. Філософи, які «втікають від абсурду», вважають людський розум марнотою, тому що

визнають вищість над ним божественної мудрості. Люди абсурду також вважають людський розум марнотою, але стоять на тому, що немає переконливих свідчень наявності чогось вищого за нього. Мовляв, розум ґрунтується на ясності. Визнання ж незбагненого для нього Трансцендентного (Надприродного), покликаного прояснити ірраціональність, абсурдність життя людини на Землі, нічого не прояснює, бо неможливо прояснити ірраціональне ірраціональним – пояснити не поясненне не пояснюваним. Абсурдний розум не вдається до таких прийомів, а протиставляє себе ірраціональній абсурдності світу. Він не бажає платити будь-яку ціну за надію і тому приймає світ, у якому немає надії, і себе у ньому.

Абсурдний розум, який прагне ясності, не знаходить жодних підстав і для цілковитого заперечення існування Бога, надприродного світу. А.Камю, як і М.Хайдеггер, підкреслює, що його філософія не лише не намагається розв'язати проблему існування Бога, а навіть не торкається її. Він припускав, що, можливо, Бог відкриється людині, коли її совість утвердить у її бутті благо та святість, покладе їх в основу повсякденних людських взаємин. А Камю лише стверджував, що в людському житті відсутні зрозумілі, збагненні для людського розуму свідчення присутності божественних сил.

Людина абсурду, за А.Камю, має жити з максимально можливою для неї активністю, а не чинити самогубство. Вона не знає, чи має світ якийсь вищий, надприродний смисл, а відтак відмовляється від релігійного тлумачення породжених усвідомленим абсурдом темноти і незнання як світла єдино істинного знання, розуміє, що це екзальтована лірика, і мужньо приймає безнадію. Пекло людського життя є її єдиним царством. Вона бунтує проти абсурдності свого існування – її світовідчуття, світосприймання, життєві проблеми загострюються, її переповнюють усі сильні пристрасті людського серця, приходить гостре почування краси й поезії форм та барв. Вона живе тим, заради чого, за Ф.Ніцше, варто жити на землі: мужністю, мистецтвом, музикою, танцем, розумом, духом – усім перетворюючим, витонченим, божевільним, божествен-

ним. А. Камю додає до цього голос плоті, ніжність, творчу діяльність, благородство, шляхетність. Таке життя – бунтівний виклик людини абсурду абсурдному світу. Цей бунт не переслідує якусь мету, адже у ньому навіть не жевріє надія на розв'язання головних екзистенційних проблем людини. Але у безнадійності цього бунту немає забитості, сумирності, депресивних емоційних переживань, паралізованості волі, сприятливих щодо суїцидальності. Бунтівна боротьба людського розуму із силами, які дуже переважають його, велична, піднесена, прекрасна. Захопленість нею не залишає місця для психічної кволості і немічі, що може завершитися суїцидом [3, с.23 – 74].

В екзистенційних бесідах зі студентством ми зауважуємо, що такий витончено благородний, піднесено мужній, філософськи філігранний бунт вимагає, на нашу думку, певних мазохістських якостей. Суб'єкт сповнюється наснагою до життя, боротьби, бунту, натхненням до творчості від фрустраційного страждання, від муки екзистенційної безнадії й відчаю, від усвідомлення приреченості на неминучу смерть, тобто від розуміння й почування безглуздості цієї наснаги. Щоб такий психічний стан став джерелом життєвої наснаги, він мусить бути своєрідною «пекельною» насолодою. А це і є специфічний мазохістський прояв. Напевно, що осіб, здатних до такого «екзистенційного мазохізму», порівняно небагато. І якщо віра в Бога рятує «немазохістську» більшість від страждань екзистенційного абсурду, які є сприятливими щодо суїцидальності, то це вагома підстава для констатації її високої психопрофілактичної та психотерапевтичної ефективності, зокрема і щодо суїцидальних тенденцій екзистенційного характеру.

Разом з цим, людина з нормальною психікою, не обтяженою садистсько-мазохістськими комплексами, агресивністю, жорстокістю, підступністю, мізантропією прагне розумних, справедливих, добросердних, приязних взаємин. Реалізація цього прагнення, як свідчать здобутки гуманістичного напрямку в психології, є потужним джерелом душевного комфорту, радості буття. Намагання людей уникнути цинізму, бездуховності, морального нігі-

лізму, ворожнечі, агресивності, утилітаризму, меркантилізму, необхідності чинити злочини, щоб виживати, конформістської покірливості, приниженості, знущань часто приводять їх до релігії, до релігійних духовних цінностей. У вірі в Бога чимало людей знаходить втіху, релаксацію, духовне піднесення, гідність, душевний спокій, радість буття, що потужно протидіє суїцидальності.

Наведені психологічні міркування щодо бунту людини абсурду та релігійної віри викликають зацікавленість у студентської молоді, спонукають до екзистенційних дискусій, які практично завжди закінчуються визнанням благотворного впливу віри в Бога на психіку людини, зокрема її потужної протидії суїцидальності.

Позитивний потенціал релігійних почуттів долає меланхолію, депресію, відчай, безнадію, емоційний дисбаланс, які є емоційними чинниками суїцидальності, надає людині душевної рівноваги, сповнює її життя сенсом. Людина, усвідомлюючи свою недосконалість, піднімається на вищій щабель буттєвості, на рівні якого її позитивний потенціал поєднується з Величним. «Навернення, відродження, набуття благодаті і віри, досягнення внутрішнього миру – все це вирази, що означають повільний чи миттєвий процес, яким роздвоєна душа, що усвідомлює себе негідною і нещасливою, приходить до внутрішнього об'єднання, до усвідомлення своєї праведності і до почування щастя: вона знаходить тверду опору в своїй вірі у реальність того, що їй відкрили її релігійні переживання» [1, с.157]. Душевна криза, нестерпний депресивний біль, відчай, тривалі негативно забарвлені емоційні переживання обертаються для людини катарсичним екстазом щастя, найвищим ступенем захоплення, блаженства, зумовленого почуванням розчинення особистісного «Я» у Вищій істоті.

Потужний емоційно-катарсичний ефект релігії є вершиною її психотерапевтичної ефективності. Катарсис інтенсивно звільняє від негативно забарвлених емоційних переживань та песимістичних думок, стимулюючи екстатичну, екзальтовану радість і величезне душевне полегшення шляхом бурхливої розрядки гнітючого психічного

напруження.

На катарсис як на один з найбільш давніх ефективних психотерапевтичних методів вказував один із засновників гуманістичної психології К.Р.Роджерс. Гуманістична психологія прагне розв'язати глибокі, болісні конфлікти особистості за допомогою посилення її «Я». Цьому, на думку К.Роджерса, може активно сприяти сповідь як ритуальний складник, видимий елемент християнського таїнства покаяння, яку практикують католицькі та православні церкви. Сповідь спрямована на досягнення катарсичного ефекту, завдяки якому людина звільняється від психічної напруги, від страхів, тривог і почуття провини, які породжують здебільшого підсвідому потребу у самопокаранні, що є істотним психологічним чинником суїцидальності. Повіривши в процесі сповіді у те, що здобула прощення найвищої морально-регулятивної інстанції, людина і сама прощає себе, позбуваючись почуття провини та прагнення самопокарання. Втіха і надія, які виникають при цьому, послаблюють страхи і тривоги [7, с. 42 – 68].

Г.-В.Олпорт вважав, що релігія є вкрай потрібним людині інтегратором її психіки. За його спостереженнями, невротична особистість, як правило, жалкує з приводу свого минулого, ненавидить своє сьогодення і боїться свого майбутнього. Релігія ж пропонує прощення за гідне жалю минуле, прийнятний, сповнений, якщо не радістю буття, то принаймні душевним спокоєм смисл теперішнього й оптимістичне сподівання на майбутнє, і цим самим потужно протидіє формуванню суїцидальності.

На важливість віри в Бога для психічного здоров'я особистості вказував К.-Г.Юнг. Він наголошував, що релігія є універсальною системою психотерапії, яка зцілює нестерпні душевні страждання людини, стабілізує її психіку, й смерть Бога у її душі неодмінно приведе до втрати людиною самої себе. Запоруку успішного психотерапевтичного функціонування релігії К.Юнг вбачав у співробітництві психологів та теологів. Психотерапевт не зможе ефективно лікувати, якщо не візьме на озброєння релігійні системи зцілення: «людина, яка виступає від імені медицини, завжди є для іншої водночас і її священником, рятівником

душі, а релігії – це системи, які зцілюють душевні недуги» [12, с.70].

Західна психологія давно ґрунтовно й ефективно використовує релігію (її вітальні, життєдайні основи) у психотерапевтичній, психопрофілактичній, психорегулятивній діяльності. У США, західноєвропейських країнах сформувалась пасторська психологія – галузь знань, основною проблематикою якої є шляхи та способи ефективного психорегулятивного впливу священнослужителів на психіку людей [5, с.189].

Ґрунтуючись на знаннях законів психіки, пасторська психологія розробляє ефективні методи впливу на віруючих. Релігійна психотерапія виникла в руслі «Руху св. Еммануїла» (Бостон, 1905). Засновники цього руху виступали за співробітництво священників і лікарів. Водночас в Англії виникає «Союз здоров'я», представники якого пов'язують лікувальну практику з релігією. Принципи релігійної психотерапії розробляли А.Бойзен, К.Гумпертс, Р.Мей, К.Штольц та ін. У 1961 році Американська медична асоціація організувала відділення медицини і релігії, при медичних закладах відкрилися відділення релігії. При Техаському медичному центрі створюється Інститут релігії, який починає здійснювати медичну і психіатричну підготовку священників. Багато психологів-релігієзнавців вважають, що релігія переважає психологію і психіатрію в ефективності лікування душевних недуг.

Взірцем ефективної психопрофілактики і психотерапії засобами релігії є логотерапія В.Франкла. Немає іншої психотерапевтичної концепції особистості, яка була б настільки особистісно вистраждана, загартована в горнилі пекла нацистського табору. Випробувавши усі жахи нацистських концтаборів на собі, В.Франкл виходив з того, що релігійна віра надавала в'язням сенсу життя навіть у жахливих умовах Освенціма і Дахау. Він писав: «...чи не слід нам припустити, що над людським світом здійснюється перевершуючий її і недоступний для неї світ, чий надсмісл здатний надати смислу її стражданням» [8, с.20]. Людина прагне віднайти сенс життя і переживає сприятливий для суїцидальності екзистенційний вакуум,

якщо це прагнення залишається нереалізованим. Основна ідея логотерапії – знаходження особистістю за допомогою психотерапевта високого смислу свого життя. Для релігійної людини, за В.Франклом, питання про сенс життя взагалі не виникає, тому що щиросердна віра в Бога сповнює усе її єство глибоким життєдайним смислом. Відтак логотерапія є дієвим терапевтичним засобом, спрямованим на подолання психологічних проблем суїцидента. Вона може допомогти потенційному суїциденту здобути прагнення жити, повернувши його до смислу. В.Франкл підкреслював, що не людина ставить питання про сенс свого життя – життя ставить ці питання перед нею. Сенс буття є необхідним його фундаментом: серед в'язнів нацистських концтаборів виживали не найздоровіші і наймолодші, а ті, хто мав дуже цінну для себе життєву перспективу, спроектований у майбутнє високий життєвий смисл. Логотерапія шукає абсолютно життєдайний, життєствердний смисл, який не втратить свого потенціалу за будь-яких обставин, завжди оберігатиме й зміцнюватиме людину. Саме таким є смисл життя, який пропонує релігія. Віра в Бога найбільшою мірою підтримувала й надіяла величезною духовною силою та терпінням в'язнів концентраційних таборів, допомагає «не зламатись» у здавалося б нелюдських умовах існування [10, с.251-277].

Е.Фромм показав, що західне суспільство, культивуючи орієнтацію людини на володіння та споживання, стало патологічно хворим, породило «шизоїдну», «невропатичну» особистість з великим потенціалом ауто деструктивних проявів. Відтак, він дійшов висновку, що тільки релігії, які ґрунтуються на істинно гуманістичних цінностях духовної свободи, братерства, любові, незалежні у своїх глибинних основах від суспільних пріоритетів, можуть гармонізувати та «врятувати» занепадаючі особистість від психічних та фізичних руйнацій і само руйнацій. Він доводив, що ці релігії здатні відвернути людей від руйнівних «ідолів» володіння та споживання до життєдайних ідеалів, високого сенсу життя [11, с.97-183].

**Висновки.** Опитування репрезентативних вибірок сту-



дентської молоді засвідчують, що серед студентства, яке вважає себе віруючим в Бога, відсутні, принаймні виразно усвідомлювані налаштування і думки суїцидального характеру.

Антисуїцидальні табу та імперативи релігії потужно протидіяли і протидіють самознищенню людей. Суїцид не є абсолютно вільним вибором суб'єкта, котрий дійшов висновку, що страждання, якими сповнене земне життя людини, безглузде (абсурдне), оскільки немає переконливих свідчень існування Бога, а кінець один – смерть («хвороба розвиненого інтелекту»). Адже суб'єкт в межах альтернативи – залишитись мордуватись у світі, очікуючи смерті, чи добровільно піти з життя, притім, невідомо куди. Він не може вибрати радикального порятунку – надію на інтеграцію у гармонійну нескінченність досконалого Космосу.

Екзистенційний вибір «людиною абсурду» (А.Камю) земного життя з орієнтацією на його високі принади без віри в Бога і надії на безсмертя душі, вимагає специфічних якостей мазохістського характеру – сповнення життєвою наснагою від сталої муки усвідомленої абсурдності існування людини на землі. Вочевидь, що таких суб'єктів небагато. Більшість знаходить порятунок від екзистенційних сумнівів у «Втечі від Абсурду» – вірі в Бога.

Релігійна віра була і є єдиним світоглядним утворенням, яке вирішує основну екзистенційну проблему людини – її смертність, сповнює її високим смислом буття, скеровує на спосіб життя, який приносить духовну втіху, а відтак, являє собою потужний психотерапевтичний, в тому числі і антисуїцидальний чинник.

### **Список джерел:**

1. Джемс В. Многообразие религиозного опыта / Джемс В. – СПб.: Андреев и сыновья, 1993. – 418с.
2. Достоевский Ф.М. Полное собр.соч.: в 30-ти томах / Достоевский Ф.М. – М.: Худож.лит., 1981. – Т.23. – 424с.
3. Камю А. Бунтующий человек / Камю А.; [пер. с фр.]. – М.: Политиздат, 1990. – 415с. – (Мыслители XX века).
4. Основи психології: підруч. / [ред. О.В. Киричука, В.О.Роменця]. – К.: Либідь, 1996. – 632с.

5. Психологія релігії: посіб. / [В.П.Москалець]. – К.: Академвидав, 2004. – 240с. – (Альма-матер).
6. Психологія суїциду: посіб. / [ред. В.П.Москальця]. – К.: Академвидав, 2004. – 288с. – (Альма-матер).
7. Роджерс К.С. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Роджерс К.С. – М.: Прогресс, 1994. – 480с.
8. Франкл В. Психотерапия на практике / Франкл В.; [пер.с нем].– СПб.: Речь 2001.– 256с.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла: Сборник / Франкл В. – М.: Прогресс, 1990. – 368с.
10. Франкл В. Основы логотерапии. Психотерапия и религия / Франкл В. – СПб. Речь, 2000. – 286с.
11. Фромм Э. Психоанализ и дзен-буддизм / Э. Фромм, Д.Судзуки, Р. де Мартино // Дзен-буддизм и психоанализ. – М.: Весь мир, 1997. – С. 97 – 183.
12. Юнг К.Г. Бог и бессознательное / Юнг К.Г.– М.: Олимп, ООО «Изд-во АСТ-ЛТД», 1998. – 480с.

*@ Москалець Віктор, Олійник Алла, 2018.*